



**Меню на 19 апреля 2022 г.  
МБОУ СОШ с. Калинка  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА**

**Завтрак 12 день (Льготный 7-11) ( 65,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша манная молочная жидкая с маслом	250/10	19,73р.	7,72	12,75	38,70	300,93
Бутерброд с маслом и сыром	45	10,03р.	6,26	11,16	9,37	163,48
Какао с молоком	200	12,44р.	7,22	6,72	36,07	257,00
<b>Итого:</b>		<b>42,20р.</b>	<b>21,20</b>	<b>30,63</b>	<b>84,14</b>	<b>721,41</b>

**Обед 12 день (Льготный 7-11) ( 100,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с чесноком	100	10,13р.	3,03	12,37	14,75	182,64
Капуста тушеная	150	31,08р.	3,88	4,77	16,24	124,25
Сосиски отварные	80	31,78р.	12,99	26,52	0,72	363,31
Кисель из ягод с/м	200	10,38р.	0,18	0,08	55,14	221,14
Хлеб пшеничный	60	4,08р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	40	0,00р.	4,48	0,96	31,92	157,60
Рассольник "Ленинградский"	250	17,68р.	4,78	14,79	32,00	273,61
<b>Итого:</b>		<b>105,13р.</b>	<b>38,22</b>	<b>60,69</b>	<b>202,85</b>	<b>1579,36</b>

**Обед 12 день (Общий 11-18) ( 70,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Капуста тушеная	150	31,08р.	3,88	4,77	16,24	124,25
Салат из свеклы с чесноком	100	10,13р.	3,03	12,37	14,75	182,64
Сосиски отварные	80	31,78р.	12,99	26,52	0,72	363,31
Кисель из ягод с/м	200	10,38р.	0,18	0,08	55,14	221,14
Хлеб пшеничный	60	4,08р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	45	0,00р.	5,04	1,08	35,91	177,30
<b>Итого:</b>		<b>87,45р.</b>	<b>34,00</b>	<b>46,02</b>	<b>174,84</b>	<b>1325,44</b>

**Обед 12 день (Льготный 11-18) ( 70,00 Р)**


Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с чесноком	100	10,13р.	3,03	12,37	14,75	182,64
Капуста тушеная	150	31,08р.	3,88	4,77	16,24	124,25
Сосиски отварные	80	31,78р.	12,99	26,52	0,72	363,31
Кисель из ягод с/м	200	10,38р.	0,18	0,08	55,14	221,14
Хлеб пшеничный	60	4,08р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	45	0,00р.	5,04	1,08	35,91	177,30
<b>Итого:</b>		<b>87,45р.</b>	<b>34,00</b>	<b>46,02</b>	<b>174,84</b>	<b>1325,44</b>


**Полдник 12 день (Льготный 7-11) ( 50,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Варенец	200	22,00р.	5,80	5,00	8,20	106,00
Яблоки печёные	75	18,06р.	0,28	0,28	36,52	150,23
<b>Итого:</b>		<b>40,06р.</b>	<b>6,08</b>	<b>5,28</b>	<b>44,72</b>	<b>256,23</b>

**Полдник 12 день (Льготный 11-18) ( 50,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Варенец	200	22,00р.	5,80	5,00	8,20	106,00
Яблоки печёные	75	18,06р.	0,28	0,28	36,52	150,23
<b>Итого:</b>		<b>40,06р.</b>	<b>6,08</b>	<b>5,28</b>	<b>44,72</b>	<b>256,23</b>

Ответственный по питанию  Е.С.Белькова

Повар  Т.А.Гончарова